

## EFFECTIVENESS OF GROUP COUNSELING SERVICES TO IMPROVE EMOTIONAL INTELLIGENCE

Prof. Dr. Mudjiran, MS.Kons.  
Dosen Bimbingan dan Konseling, UNP Padang  
Email: [mudjiran.01@yahoo.com](mailto:mudjiran.01@yahoo.com)

### *Abstract*

The research is based on the problems low emotional intelligence of students. The purpose of research is to gain an overview of the increase emotional intelligence of students through the Guidance Services Group at SMA Negeri 10 Padang. True experimental research design with pretest-posttest form Control Group Design. With a sample of experimental class is class XI IPA U-1 class of 10 students and control is of class XI IPA U-2 as many as 10 students so as the total sample of 20 students. In experiments conducted classes meeting three times. While the control class three meetings. The data were analyzed using the Wilcoxon Signed Ranks Test and Kolmogorov Smirnov z with SPSS version 20.00. From the results of the implementation is done, there was a significant increase is mainly posttest experimental class. The findings in the experimental group and the control group there were significant increases between the posttest and posttest control group experimental class. On average variable emotional intelligence of 120.50 (posttest experiment) while the control group 107.00 (posttest control) this looks very significant difference. The conclusion of this study indicate that the effectiveness of group counseling services can improve emotional intelligence of students in grade XI SMA Negeri 10 Padang.

Keywords: Guidance Services Group and emotional intelligence.

### **A. PENDAHULUAN**

#### **1. Latar Belakang**

Manusia dalam perkembangan memiliki suatu tugas berupa tugas perkembangan yang mesti dilalui sesuai dengan tahap perkembangannya. Pemenuhan terhadap tugas perkembangan dapat dibantu melalui proses pendidikan. Setiap siswa diharapkan memperoleh pendidikan secara wajar menuju proses pendewasaan. Proses pendewasaan hakikatnya adalah tugas keluarga dengan lingkungan yang kondusif. Kendatipun demikian sekolah merupakan salah satu lembaga yang membantu pendewasaan serta membentuk manusia muda menuju kematangan.

Dalam pembelajaran di sekolah sering ditemukan siswa yang tidak dapat meraih prestasi belajar yang setara dengan kemampuan intelegensinya.

Terdapat siswa yang mempunyai kemampuan intelegensi tinggi tetapi memperoleh prestasi belajar yang relatif rendah, namun ada siswa yang walaupun kemampuan intelegensinya relatif rendah, dapat meraih prestasi belajar yang relatif tinggi. Oleh karenanya taraf intelegensi bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan keberhasilan seseorang, karena ada faktor lain yang mempengaruhi. Menurut Goleman (2000:44), kecerdasan intelektual (IQ) hanya menyumbang 20% bagi kesuksesan, sedangkan 80% adalah sumbangan faktor kekuatan-kekuatan lain, diantaranya adalah kecerdasan emosional atau *Emotional Quatient (EQ)* yakni kemampuan memotivasi diri sendiri, mengatasi diri sendiri, mengatasi frustrasi, mengontrol desakan hati, mengatur suasana hati (*mood*), berempati serta kemampuan bekerja sama.

Melihat pergaulan para siswa yang kurang sehat serta kurangnya pembinaan moral terutama pembinaan emosi di setiap sekolah untuk membentuk sikap dan perilaku positif. Oleh karenanya dibutuhkan pendidikan yang mampu membina para siswa untuk dapat mengelola emosinya dengan baik. Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan yang dijalankan dengan sengaja, teratur dan berencana dengan maksud mengembangkan perilaku yang diinginkan. Sekolah sebagai lembaga formal merupakan sarana dalam rangka mencapai tujuan pendidikan tersebut. Melalui sekolah, siswa belajar tentang berbagai pengetahuan yang ada di dunia. *Trend* di setiap sekolah sebagian besar terlalu mengedepankan prestasi belajar sehingga yang menjadi patokan utama yaitu perkembangan intelektual tanpa memperhatikan perkembangan emosional para siswanya, sehingga tidak jarang para siswa yang mengalami stress ketika akan menghadapi ujian, ditambah lagi ketika melihat prestasi belajarnya yang tidak mengalami peningkatan.

Persoalan pendidikan seperti rendahnya mutu pendidikan dapat diatasi dengan menciptakan suasana pendidikan bermakna yang diciptakan oleh seorang guru di kelas. Senada dengan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 40 ayat 2 yang menuntut guru untuk menciptakan suasana pendidikan bermakna, menyenangkan, kreatif, dinamis dan dialogis. Seorang guru di kelas dapat membentuk sikap emosional siswa mencakup penguasaan cara belajar yang baik, sehingga akan membentuk siswa memiliki kecerdasan emosional sesuai dengan harapan.

## 2. Identifikasi Masalah

Sesuai dengan latar belakang di atas, maka dapat diketahui bahwa identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

- a. Siswa belum mampu mengontrol emosinya dengan baik.
- b. Siswa merasa cemas, depresi, dan sedih karena merasa tidak dicintai oleh lingkungan sekitarnya.

- c. Siswa belum mampu berkonsentrasi dalam belajar karena pikiran tidak tenang.
- d. Siswa belum mampu membina hubungan dengan orang lain

## 3. Batasan Masalah

Mengingat banyaknya faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional siswa maka perlu dibatasi dengan istilah sebagai berikut:

- a. Layanan bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok.
- b. Kecerdasan emosional merupakan himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang mendapatkan kemampuan memantau perasaan dan emosi, baik pada diri sendiri maupun pada orang lain.

## 4. Perumusan Masalah

Sesuai dengan batasan masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

- a. Bagaimana tingkat kecerdasan emosional siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol?
- b. Bagaimana tingkat kecerdasan emosional siswa sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol?
- c. Bagaimana efektivitas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa?

## 5. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah:

- a. Untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.
- b. Untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional siswa sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

- c. Untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa

## B. METODOLOGI

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen. Menurut Ridwan (2004:50) penelitian eksperimen adalah penelitian yang berusaha mencari pengaruh variabel tertentu terhadap variabel yang lain dalam kondisi yang terkontrol secara ketat.

peneliti dapat menyimpulkan bahwa metode penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *True Experimental* yaitu jenis eksperimen yang sudah dianggap baik karena dalam penelitian ini peneliti dapat mengontrol semua variabel luar yang dapat mempengaruhi jalannya eksperimen. Dengan demikian kualitas pelaksanaan rancangan penelitian dapat menjadi tinggi.

Disini dikemukakan dua bentuk design *True Experimental* yaitu *posttest Only Control Design* dan *pretest –posttest Control Group Design*. Dalam penelitian ini peneliti melaksanakan bentuk design penelitian *pretest –posttest Control Group Design*. Desain ini di gambarkan melalui rumus sesuai dengan pendapat Sugiono (2009:111)

R	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
R	O <sub>3</sub>	-	O <sub>4</sub>

Keterangan :

1. **O1** = *Pretest* dalam kelompok Eksperimen
2. **O2** = *Posttest* dalam kelompok Eksperimen
3. **X** = Perlakuan

### a. Populasi

Menurut Sugiono (2008:117) “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”.

dapat disimpulkan bahwa populasi adalah keseluruhan manusia yang terdapat dalam area yang telah ditetapkan untuk mendapatkan informasi yang akan digambarkan. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah siswa Kelas XI IPA SMA Negeri 10 Padang Tahun Ajaran 2014-2015 yang terdiri dari 5 kelas yang berjumlah 128 orang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 1**  
**Populasi Penelitian**

No	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah
		Laki-laki	Perempuan	
1	XI IPA U-1	13	15	28
2	XI IPA U-2	9	16	25
3	XI IPA U-3	7	18	25
4	XI IPA U-4	11	14	25
5	XI IPA U-5	7	18	25
	Jumlah	47	81	128

### b. Sampel

Suharsimi A. (2006:134) mengatakan bahwa “Apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Tetapi. Jika jumlah subjeknya besar, dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih”.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan peneliti adalah teknik *purposive sample* yaitu teknik penentuan sampel dengan kebutuhan dan pertimbangan tertentu.

Teknik ini dilakukan peneliti dengan berbagai pertimbangan yakni dengan alasan keterbatasan waktu, tenaga dan kebutuhan yang menunjang kegiatan dalam bimbingan kelompok, yakni anggota kelompok berkisar dari 5-10 siswa. Maka yang akan

dijadikan sebagai sampel penelitian kelas XI IPA U-1 berjumlah 10 siswa dan kelas XI IPA U-2 berjumlah 10 siswa.

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 2**  
**Sampel Penelitian**

No	Kelas	Jumlah Siswa	Keterangan
1	XI IPA U-1	10	Eksperimen
2	XI IPA U-2	10	Kontrol
	Jumlah	20	

### c. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara atau teknik yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Angket adalah daftar pertanyaan yang diberikan kepada orang lain dengan maksud agar orang lain yang diberikan pertanyaan bersedia memberikan respon.

Menurut Sugiono (2008:199) “Angket/kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan/ Pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.

disimpulkan bahwa angket adalah suatu alat pengumpulan data yang berupa pertanyaan yang diberikan kepada responden yang berhubungan dengan topik yang akan diteliti.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan skala likert. Menurut Sugiono (2009: 134) skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena. Dengan skala likert maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel, kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pertanyaan dan pernyataan.

### d. Teknik Analisis Data

Teknik analisis statistik non-parametric yang digunakan untuk menguji dalam penelitian ini adalah uji jenjang bertanda *wilcoxon signed ranks test* dan metode *Kolmogorov smirnov Z* bagi kelompok

sampel, pengujian hipotesis dengan cara uji jenjang bertanda dilakukan apabila ingin memastikan tentang ada atau tidaknya perbedaan kondisi setelah perlakuan tertentu diberikan.

Kemudian metode *Kolmogorov Smirnov Z* bagi kelompok sampel ganda dititik beratkan pada upaya menguji validitas hipotesis nihil yang menyatakan kelompok sampel pertama dan kedua berasal dari populasi yang identik.

Oleh karena itu maka metode analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini dijabarkan sebagai berikut:

1. Untuk mendeskripsikan perbedaan antara kecerdasan emosional sebelum dan sesudah diberikan perlakuan baik kelompok eksperimen (perlakuan layanan bimbingan kelompok) maupun kelompok kontrol (perlakuan layanan informasi), peneliti menggunakan analisis data dengan teknik *wilcoxon ranks test* dengan bantuan program SPSS versi 20.00. Analisis ini untuk menguji hipotesis nomor 1 dan nomor 2.
2. Untuk menguji hipotesis yang ke 3 digunakan teknik *Kolmogorov Smirnov Z Independent Samples* dengan bantuan program SPSS versi 20.00

### C. HASIL

Hasil dari penelitian dan pembahasan mengenai penelitian dengan judul “Efektivitas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosional pada siswa kelas XI IPA SMA Negeri 10 Padang tahun ajaran 2014-2015” yang telah dilaksanakan.

Pelaksanaan penelitian eksperimen yang dilakukan oleh peneliti dengan langkah-langkah sebagai berikut: Pertemuan tahap pertama seleksi sampel penelitian yang akan diberikan *pretest* dengan melihat kecerdasan emosional yang dimiliki siswa dan selanjutnya disebut sebagai anggota kelompok. Pertemuan tahap ke dua dan ketiga dilakukan kegiatan layanan bimbingan kelompok dan kemudian peneliti memberikan *treatment* 2 kali, dengan penentuan waktu disepakati oleh anggota. Setelah Pemberian

treatment sebanyak dua kali selanjutnya pertemuan tahap keempat diberikan *posttest*.

Pelaksanaan penelitian kontrol yang dilakukan oleh koordinator BK dengan langkah-langkah sebagai berikut: Pertemuan tahap pertama diberikan *pretest* dengan melihat kecerdasan emosional yang dimiliki siswa. Pertemuan tahap ke dua diberikan layanan konvensional berupa layanan informasi, selanjutnya koordinator BK memberikan *posttest*. Perbandingan Hasil Penelitian Kecerdasan Emosional

Adapun nilai per indikator dapat di gambarkan pada tabel di bawah ini:

**Tabel 3**  
**Perbandingan Hasil Angket Kecerdasan Emosional**

INDIKATOR		Kelas Eksperimen		Kelas Kontrol	
		Pre test	Post test	Pre test	Post test
Meningkatkan Kecerdasan Emosional	Faktor Otak	410	511	414	455
	Faktor Pola Asuh Orangtua	124	144	106	134
	Faktor Lingkungan	383	550	363	481
<b>Jumlah</b>		917	1205	883	1070

Data di atas diambil dari hasil tabulasi per indikator dari *pretest-posttest* kontrol dan *pretest-posttest* eksperimen dan dengan adanya tabel perbandingan di atas dapat dilihat terjadinya peningkatan sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan.

Dari tabel di atas jika di lihat dari hasil perbandingan interval yaitu sebagai berikut :

Dilihat dari tabel di atas nilai perbandingan antara *pretest-posttest* kontrol dan *pretest-posttest* eksperimen. Yang terjadi adalah nilai dari *pretest-posttest* eksperimen lebih tinggi dibandingkan *pretest-posttest* kontrol.

**Tabel 4**  
**Interval Perbandingan Hasil Angket Kecerdasan Emosional Kelas Eksperimen dan Kelas kontrol**

No.	Nilai Interval	Eksperimen		Kontrol		Kategori
		Pre test	Post test	Pre test	Post test	
1.	81-100		80,3			Sangat Baik
2.	61-80	61,0			71,3	Baik
3.	41-60			58,8		Sedang
4.	21-40					Rendah
5.	0-20					Sangat Rendah

#### D. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data diatas, menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara kecerdasan emosional siswa pada kelompok eksperimen sebelum (*pre-test*) dan setelah (*post-test*) mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok. Dari uraian diatas, maka diketahui bahwa ada peningkatan kecerdasan emosional melalui kegiatan layanan bimbingan kelompok.

Dari data diatas pada kelas eksperimen diperoleh skor rata-rata *pre-test* sebesar 61,0. Jumlah skor tersebut menunjukkan bahwa kategori kecerdasan emosional siswa berada pada kategori Baik. Sedangkan setelah dilakukan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok jumlah skor *post-test* sebesar 80,3 yang menunjukkan bahwa kategori kecerdasan emosional siswa berada pada kategori Sangat Baik.

Peningkatan hasil *pre-test* dan *post-test* disebabkan karena adanya perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok yang diberikan peneliti. Melalui layanan bimbingan kelompok, siswa mendapatkan berbagai informasi dan berbagai hal penting yang berkaitan dengan kecerdasan emosional. Melalui layanan bimbingan kelompok ini, siswa diberikan pengetahuan dan pemahaman untuk mengenal dan mengetahui akan pentingnya kecerdasan emosional pada diri.

Hal ini sejalan dengan pendapat Goleman (2005:85) “Kecerdasan Emosi diartikan sebuah kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati, tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati dan berdoa”.

Berdasarkan hal tersebut maka peningkatan kecerdasan emosional siswa dapat ditingkatkan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok, hal ini disebabkan karena siswa mendapatkan berbagai informasi, pemahaman dan pengetahuan selanjutnya informasi tersebut digunakan untuk membangun pemikiran-pemikiran baru yang mengubah sikap dan perilaku dalam kehidupan pribadinya.

#### E. Kesimpulan

Kesimpulan umum penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok dan layanan informasi sama-sama efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional, namun jika dibandingkan, layanan bimbingan kelompok lebih efektif dibandingkan layanan informasi.

Secara khusus penelitian ini dapat disimpulkan:

- Terdapat peningkatan kecerdasan emosional siswa kelompok eksperimen sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.
- Terdapat peningkatan kecerdasan emosional siswa kelompok kontrol sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) mengikuti kegiatan layanan informasi.
- Terdapat peningkatan kecerdasan emosional siswa kelas eksperimen yang diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok, dimana kecerdasan emosional siswa kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan rata-rata kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan.

#### F. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti memberikan saran :

- Bagi Sekolah  
Dapat merencanakan dan melaksanakan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa.
- Bagi Guru BK  
Dapat memberikan layanan bimbingan kelompok sesuai dengan kebutuhan siswa, dan selalu mensosialisasikan kegiatan bimbingan konseling di sekolah dengan diberikannya bimbingan kelompok akan membantu meningkatkan kecerdasan emosional siswa.
- Bagi Siswa  
Siswa hendaknya memanfaatkan layanan bimbingan kelompok yang diadakan oleh guru BK dalam meningkatkan kecerdasan emosional.
- Bagi Pembaca  
Mengingat adanya kemungkinan kelemahan penelitian ini, maka perlu kiranya diadakan penelitian yang lebih lanjut dengan seksama.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Goleman. 2000. *Peningkatan Kecerdasan Emosional* Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman. 2005. *Peningkatan Kecerdasan Emosional* Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Ridwan. 2004. *Belajar Mudah Meneliti Untuk Guru Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung : Alfabeta.
- Suharsimi, A. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Sugiono. 2008. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.